MAGAZINE

Space Teen

مجلة فتيات المستقبل

ثبتي لها الحبال ودعيها تتسلق

قصة لذيذة بطلها التفاح

رعب في قرية الأقلام



INTERACTIVE
Space toon ™

مفاجأة

مجموعة الإنتر أكتيف في الأسواق

مجلة تعليمية

مجلة تسلية و ترفيه

CD تعليمي و ترفيهي ممتع
عربي إنكليزي

تعلم مع لبيب
الأغاني الجميلة
و الأحرف المسلية
و الأرقام الذكية





SPACE TOON MAGAZINE

تصدر عن شركة
شباب المستقبل للنشر

YOUNG FUTURE PUBLISHING

بترخيص من
شركة سبيس تون
رقم /S.T.001/

عنوان المجلة وإدارة التسويق
Damascus- Syria-Free Zoon P O Box:10239
E-MAIL info@youngfuturepublishing.com
Tel +963112135285 Fax +963112135287
Cyprus-C/D Aristides Yordamih Corner of Athinion & Anexartisias
NORA Court Office 303
Limassol- Cyprus CR – 62483

وكلاء التوزيع في الدول العربية

			سعر البيع للمستهلك	
السعودية	الشركة السعودية للتوزيع	4419933	12.00	ريال
الإمارات	شركة الإمارات للطباعة والنشر والتوزيع	3916503	12.00	درهم
قطر	دار الشرق للطباعة والنشر والتوزيع	4557810	12.00	ريال
الكويت	شركة المجموعة الكويتية للنشر والتوزيع	2417808	1.00	دينار
البحرين	مؤسسة الهلال لتوزيع الصحف	17294000	1.200	دينار
الأردن	شركة أرامكس ميديا	5358855	1.200	دينار
عُمان	مؤسسة العطاء للتوزيع	24491399	2.250	ريال
لبنان	شركة الناشرون لتوزيع الصحف والمطبوعات	277088	4800	ليرة
سورية	للاشتراك الاتصال على الرقم	093-272221	150	ليرة
العراق	مجموعة المستقبل للإنتاج والخدمات الإعلامية	7470033	4750	دينار
اليمن	الدار العربية للنشر والتوزيع	331797	450	ريال
السودان	دار الريان للثقافة والنشر والتوزيع	466357	700	دينار
المغرب	الشركة الشريفية للتوزيع -سوشبريس	2400223	20.00	درهم
مصر	مؤسسة دار أخبار اليوم للتوزيع	5782700	10.00	جنيه
تونس	شركة سبراز	71335370	4.200	دينار
الجزائر			600	دينار

مجلة فتيات المستقبل

هبول والقط العجيب

في قديم الزمان وفي إحدى المدن البعيدة توفي طحان عجوز له ثلاثة أبناء، موصياً بالمطحنة للأخ الأكبر وبالحمار للأوسط أما الأصغر واسمه هبّول فقد كان نصيبه قطّ المنزل الأسود، الأمر الذي أزعج هبّول وأغضبه وجعله يحمل القطّ من رقبته قائلاً: ما الذي سينفعني في قطّ لا هم له سوى مطاردة الفئران.

فأجاب القطّ هبّول قائلاً له: ولكني يا عزيزي أعتقد أن أباك كان رجلاً ذا فطنة وسوف ترى أيها الكسول، وستصدق كلامي في الأيام القادمة، هلمّ بنا الآن إلى البلدة.

توقف القطُ وهبول أمام دكّان حذّاء، فدُهش هبول قائلاً للقط: أنا لستُ في حاجة إلى حذاء، فحذائي جيد و نقودي قليلة، غير أن القطَّ فتح البابَ ودخل طالباً من الحذّاء أن يصنع حذاءً له فسألهما الحذّاء إن كانا يملكان المال فأجاب القط بأنه لا يملك المال، ولكن سيده أي هبول هو من سيدفع .







وبدأ القطّ بإعطاء المواصفات المطلوبة للحذّاء طالباً منه أيضاً أن يصنع له قبعة، بينما كان هبول واقفاً مدهوشاً مادّاً يده التي فيها النقود، فأخذها القطّ وأعطاها للحذّاء وهو يشرح له بإسهاب عن مواصفات القبعة التي يريدها، وظلّ هبول ينتظر خارج المحل حتى ينتهي الحذّاء من عمله.





وهكذا خرج القط بزيه الجديد قائلاً هبّول إن القط يبقى هو القط نفسه غير أن كثيراً من الحمقى والأغنياء ينظرون إلى المظاهر لا إلى جوهر الكائنات. ثم أمسك بيد هبّول وأدخله معه إلى المطعم وأجلسه، وكان هبّول مذعوراً، وذكّر القطّ بأن المال قد نفد فطمأنه القطّ قائلاً بأنه سيعثر على طريقة لجلب المال.



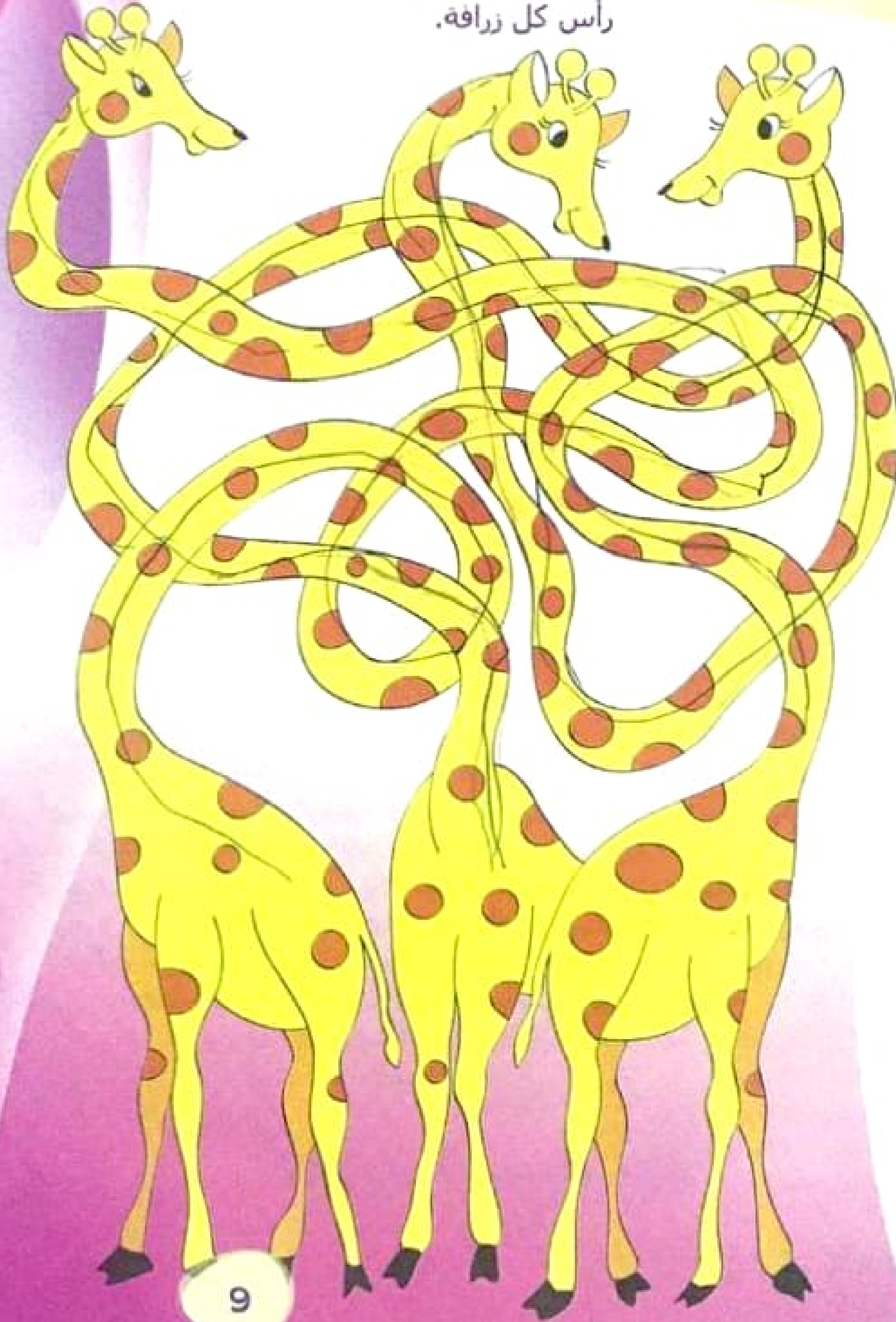




تُرى ماذا سيحدث ....؟ تابعونا.

تسالي

تشابكت رقاب الزرائف بعضها مع بعض !!
هل تستطيعين إعادتها كما كانت بمعرفة
رأس كل زرافة.



أخبار

أخبار حول العالم:

كنزٌ داخل المنزل

عثر مواطن أميركي على كنز أثري يعود تاريخه إلى أكثر من 100 عام، مدفون على عمق قدمين في فناء منزله، وتبيّن أنّ الكنز الذي عثر عليه الشاب وصديقه كان مليئاً بالأوراق النقديّة وقطع الذهب.

وتبلغ قيمة الكنز أكثر من مئة ألف دولار، وقد حصل الاكتشاف في أثناء قيامه هو وصديقه بزرع شجرة، وخلال عملية حفر التربة، اصطدم منجله بشيء صلب كالخشب، وبعد التدقيق كُشف النقاب عن صندوق خشبي يبلغ عرضه قدمين.

وعلى الفور قام الشابّان بفتحه، فوجدا تسع عبوات صدئة بداخله، قاما بفتحها ليعثرا على 1800دولار، بالإضافة إلى أكثر من 900 ورقة من فئة الدولار الواحد، و200 ورقة من فئة الدولارين، و300 من فئة العشرين دولاراً، يعود تاريخها للأعوام 1899 و 1929كما وجدا كمية من الذهب والفضة.

حياةٌ على المريخ

تمكّن أحد الباحثين في الآونة الأخيرة من تذويب مواد عضوية تعود إلى ما قبل 30 ألف سنة موجودة في غابات ولاية ألاسكا المتجمدة، حيث وجد هذا العالم البكتيريا مجمّدة في الثلج، لكن وما إن بدأ الثلج بالذوبان، حتى بدأت الكائنات الدقيقة بالسباحة لأول مرة منذ عصور قديمة جداً.

وقد أحيا هذا الإنجاز آمال العلماء الآخرين في أنه قد تُوجد حياة بالفعل على سطح كوكب المريخ، وفي هذه الأثناء، عثرت الرحلات الاستكشافية الأخيرة لكوكب المريخ على شواهد لوجود بحار كبرى متجمّدة بالقرب من خط استواء الكوكب إضافة إلى الثلوج التي تمّ اكتشافها في الحدود القطبية للمريخ، وتفيد النظرية الجديدة القائم على هذه الاكتشافات بأن البكتيريا ربّما تكون حبيسة الثلوج منذ عشرات آلاف السنين، تماماً كما كانت في ألاسكا.

أخبار طريفة:

رحلات بحرية للسلاحف المائية

بعد صدور بحث جديد ساد اعتقادٌ بين العلماء بأن السلاحف البحرية تستطيع الإبحار حول العالم مستخدمةً في ذلك نظامها الملاحي المساوي للنظام العالمي لتحديد المواقع، وطبقاً لدراسة حديثة فإن الاختبارات أظهرت أن السلاحف لديها القدرة على تحديد موقعها بدقة والإبحار في المحيطات المفتوحة لآلاف الأميال معتمدة في ذلك على المجال المغناطيسي لكوكب الأرض.

قطعةٌ ثمينةٌ لشخص مجهول

أعلنت إحدى معارضِ القطع الثمينة عن بيعها لتحفة أثريّة ثمينة على شكل بيضة وُصفت بأنها من النوع النادر، فهي مصنوعة من البلّور الشفّاف المنقوش بنقوش شبيهة بقطع الثلج والمرصّعة بأكثر من ثلاثة آلاف ماسة، حيث بيعت بسعر قياسي بلغ 6.9 ملايين دولار، لكن الغريب في الأمر أن عملية شرائها كانت من قِبل شخصٍ مجهول وعبر الهاتف.

آخر أخبارهن :

تسلّق الجبال

حقّقت سيدة فلسطينيّة إنجازاً مميّزاً بعد أن نجحت في بلوغ قمّة البروس في سلسلة جبال القوقاز التي تُعتبر الأعلى في أوروبا، إذ يبلغ ارتفاعها 5,642 متراً، وهي تقع على بعد 20 كيلومتراً شمال القوقاز و 65 كيلومتراً إلى الجنوب الشرقي للمدينة الروسيّة كيسلوفودسك.
لتكون بذلك أول امرأة عربية تصل إلى هذه القمة بعد رحلة تسلّق استغرقت سبعة أيام، وقد كانت رحلتها هذه مغامرة فريدة من نوعها، وتحدّياً كبيراً بسبب شدة البرودة التي تصل إلى 10 درجات مئوية تحت الصفر، إلى جانب الضغط المنخفض وقلّة الأوكسجين.

لذيذة لأنّي صنعتها

كعكة التفاح

التفاح فاكهة لذيذة ومفيدة جداً، ما رأيكنّ بأن نصنع كعكة التفاح سويّاً ...؟

الأدوات الخارقة:
وعاء للمزج، سكّين، ملعقة خشبيّة، طبق بلّوري للخَبز، شوكة، فرشاة للدهن، مرقاق خشبي.

المواد المطلوبة:
225غ من الطحين، قليل من الملح، صفار بيضة مخلوط مع ملعقة من الماء، 125غ من الزبدة، ملعقتان من السكر، بيضة مخفوقة.

الحشو:
ست تفاحات، ملعقة من الفانيليا السائلة، نصف ملعقة من القرفة، 60غ من السكر البنّي، مبشور برتقالة وعصيرها، 60غ من الجوز.

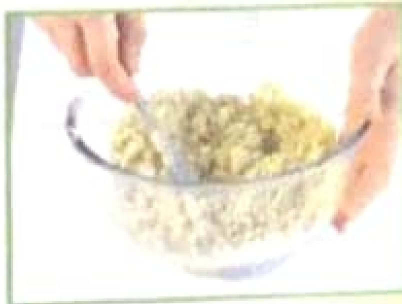
هيّا نبدأ:

1



ضعي الطحين المنخول في وعاء المزج وأضيفي إليه الزبدة وفتّتيها بأصابع يديك، وأضيفي الملح والسكر.

2



أضيفي صفار البيض المخلوط بالماء، وامزجي الجميع جيداً إلى أن تحصلي على عجينة متماسكة.

3



غلّفيها بورق بلاستيكي واتركيها مدّة ساعة.



الآن سنبدأ بصنع الحشو: قشّري وقطّعي التفاحات ثم ضعيهم في وعاء المزج وأضيفي إليهم السكر والقرفة والفانيليا وعصير ومبشور البرتقالة والجوز واخلطيهم جميعاً.



ضعي الخليط السابق في وعاء بلّوري، ثم أحضري العجينة ومدديها بالمرقاق الخشبي ثم ضعيها فوق الجميع.



اقفلي الحواف بمساعدة الشوكة، ثم ادهني الكعكة من الخارج بالبيضة المخفوقة ثم اخبزيها في فرن درجة حرارته 220 درجة ولمدّة 35 دقيقة.

رشاقة



1

تمرين الرقبة

قفي بشكلٍ مستقيم مباعدةً بين قدميكِ مسافة قدم واحدة واضعةً يديك على خصرك، ثم احني رأسك إلى الجهة اليمنى مع شدّ عضلات الرقبة، وابقي على هذه الوضعية مدّة عشر ثوانٍ، ثم كرّري التمرين ولكن إلى الجهة اليسرى.



2

ارفعي رأسك إلى الأعلى حتى تصلي بناظريك إلى أقصى حدٍّ تستطيع رقبتك تحمّله، وعدّي للعشرة.

3

اخفضي رأسك إلى أقصى حدٍّ تستطيع رقبتك تحمّله، وعدّي للعشرة.

نصائح لصحّتك:

عصير الجزر

عصير الجزر عبارة عن مياه عضويّة تؤمّن لخلايا الجسم وأنسجته ما يلزمها من أنزيمات وذرّات ضرورية للحياة، فهو يغذي الجسم كاملاً ويعيد إليه التوازن الكيماوي، كما يغذّي الجملة البصرية أيضاً. يزيد عصير الجزر من مناعة الجسم ضد العدوى و الجراثيم، ويحمي الجملة العصبية، ويعمل على تنظيف الكبد والأمعاء، ويُكسب الجسم حيوية ونشاط، ويحسّن الشهيّة وعملية الهضم.

أساور وأفكار

سوار قوس قزح

ألوان قوس قزح الرائعة اجتمعت في سوارٍ من الخرز...ولكن كيف؟!

سنحتاج إلى:
خرز ملوّن على شكل كراتٍ صغيرة، خرز ملوّن على شكل أسطوانات صغيرة، خيط متين، قفل، لاصق سائل.

خطوات العمل:

1 نُدخل الخيط في القفل ونربطه في المنتصف، ثم ندخل في طرفي الخيط ثلاث خرزات كرويّة.

2 الآن نُدخل أحد طرفي الخيط في خرزة أسطوانية والطرف الآخر للخيط في الثقب الثاني للأسطوانة، أي باتجاهٍ معاكس للخيط الأول.

3 نشدُّ طرفي الخيط بلطف.

4

نُدخل خرزة كرويّة في كلّ جانب.

5

نكرّر العمليات السابقة بالتناوب بين خرزة أسطوانية وخرزتين كرويّتين مع التنويع في الألوان.

6

نثبّت القفل بمساعدة اللاصق السائل.

عندما يصبح طول السوار مساوياً لقطر معصمك أو أكبر بقليل أدخلي ثلاث خرزات في الخيطين معاً، ثم أدخلي النصف الثاني للقفل واربطيه بالخيط.

7

English

Some words for little kids,
the next letter is "M"





MILK



MOUSE



MAGAZINE



MUSIC



أعزائي الصغار

يسر الخطوط الجوية العربية السعودية أن توفر لكم

اختياراتكم من هدايا الأطفال على متن اسطولها

Dear Children,

These great toys and gifts are available onboard Saudi Arabian Airlines.



باقة البلاقة

مالئ الدنيا وشاغل الناس

إنها العطلة... أسرتي مجتمعة وجدّي وجدّتي ضيفا الشرف اليوم،
وكلُّ شيءٍ على ما يُرام.
بعد وجبة الغداء اللذيذة التي حضّرتها أمي جلسنا في غرفة المعيشة ...
عندها حدثت مشكلة.
ما سببها؟؟ سببها شيءٌ يسبّب المشاجرات في كلّ البيوت وفي كلّ الأوقات.
وهو شيءٌ يجذب إليه كل الناس من كل الأعمار والأذواق، هل عرفتم ما هو!! إنه التلفاز،
بدأت المشكلة عندما استحوذت أختي مرح على جهاز التحكّم لأكثر من ساعة أمضتها وهي تشاهد الأغاني الشبابية التي تحفظها عن ظهر قلب أكثر من دروسها، وتحفظ أسماء كلّ المغنين سواء أجادوا الغناء أم لا، ممّا سبب لي الضجر والملل، عندها تذكرت موعد برنامج مهارات يدوية الذي أتابعه أسبوعياً، لذا طلبتُ جهاز التحكّم منها، ولكنها رفضت!! وجاء ردُّها غير مقنع أبداً:

- برنامجك يُعاد الاثنين صباحاً.
- كلا يا حبيبتي، الأغاني تُعاد دائماً، أما يوم الاثنين صباحاً فعندنا دوام رسمي، أم نسيتِ المدرسة؟
- جاء لؤي وخطف جهاز التحكّم من يد مرح قائلًا: لا أغاني .... ولا مهارات يدوية، أنا أنتظر بدء مباراة كرة القدم، ألا تكفي مشكلة الأسبوع الماضي عندما لم أستطع متابعة فيلم الآكشن.
- تدخّل أبي : كفى يا أولاد، التلفاز تحت تصرّفكم كلّ الأسبوع، لو سمحتم أريد مشاهدة نشرة الأخبار ومن بعدها برنامج الحوار الساخن.
- فاستغربت أمي !! وقالت : ماذا ؟؟ أخبار وبرامج حوارية ساخنة ووثائقية كئيبة، حتى في يوم العطلة !! من الأفضل لنا أن نتابع المسلسل الكوميدي الجديد الذي يُعرض على القناة الأرضية أو برنامج فكّر واربح على القناة الثانية.
- سألت جدتي: هل تتابعون المسلسل البدوي راعي المهرة، فأنا دائماً أتابع برنامج فتاوى على الهواء ومن ثم هذا المسلسل .... سقى الله......



وإذ بجميل الصغير يشدُّ انتباه الجميع عندما بدأ يغني أغاني الإعلانات، ما شاء الله ذاكرته قوية جداً.
- ومن ثم بدأ يطالب بمتابعة برنامجه المفضّل، لذا أعدّ لنا وصلة بكاء مضمونة النتائج بحيث يصل إلى هدفه بسرعة مع قليل من الإلحاح: أريد كوكب بونٍ بون ... أريد بون بون ...بون بون....
- فرقّ قلبُ أبي ولبّى طلبه، ثم قال: دائماً هناك من يشكو من الظلم!!
والله مشكلة، كيف سنحلّها، علينا شراء جهاز تلفاز وجهاز ديجيتال لكلّ فرد من أفراد العائلة، ممّا يعني أن يستقلّ كلُّ شخصٍ في غرفة لوحده، وليس هناك من داعٍ لأن نجتمع مع بعضنا كعائلة، يا لهذه الأسرة المتماسكة السعيدة !!؟؟
- فردَّ جدي: بسيطة... بسيطة، إنها مشكلة كل البيوت، حتى أنا وأمك نختلف على برامج التلفاز، يا له من اختراع !! يختزل العالم في علبته ليدهشنا بشاشته الصغيرة ذات المفعول الكبير، والذي من الممكن أن يصبح خطيراً وخطيراً جداً إذا ما أخذ من وقتنا أكثر من اللازم، وجعلنا ننسى دروسنا وواجباتنا وأبعدنا عن قيمنا الأصيلة التي تربّينا عليها، أليس كذلك يا أولاد؟
- علّقت جدتي بأسلوبها الطريف: يا لطيف كم غيّر التلفاز من أخلاق الناس، على شباب هذه الأيام أن يمسكوا بالدين والأخلاق بدل من متابعة بعض البرامج التي تفسدهم، يا له من جيل، فعليكم مراقبة البرامج التي يشاهدها الأولاد .
- أجابتها أمي: من المستحيل مراقبة ما يبثه التلفاز طوال الوقت ولكن الأهم هو الرادع الداخلي والوعي والفطرة السليمة التي تعلّمنا التمييز بين الصح والخطأ، الحلال والحرام، الصدق والكذب، الراقي والمنحط، ما هو مفيد وما هو مخرّب، ما هو لطيف وما هو عنيف، عندها تذكّرت معاناة أهلنا في فلسطين وفي العراق، وتساءلت وهل هناك أفظع من العنف والرعب والقهر الذي نتابعه في نشرات الأخبار يا أمي؟!
- معك حق يا ابنتي كان الله في عونهم وفي عوننا، لذا لا غنى عن متابعة الأخبار لنظل على تواصل مع ما يجري، وليكون لنا موقف حاسم تجاه هذا الظلم الواضح، ولكن التنويع بالمشاهدة مطلوب لأن التلفاز هو ركن ثقافي أساسي في عصرنا ولا يمكننا تجاهل ذلك، وعلى الإنسان أن.... فقاطعها لؤي ....
- أرجوك يا أمي أعطيني جهاز التحكم، لقد حان موعد المباراة .
- كلا يا أمي حان موعد (TOP TEN) .
- لا لا أريد مشاهدة مباراة كرة القدم.
وحصلت مباراة عنيفة بين أخوتي حيث بدأ كلُّ واحد منهم يخطف الجهاز من الآخر، إلى أن وقع المسكين وانكسر وظهرت أحشاؤه ولم يعد يعمل ولم تُجدِ نفعاً هذه المحاضرة الطويلة التي شارك فيها أبي وأمي وجدي وجدتي.
والنتيجة... جلست عائلتنا من كبيرها إلى صغيرها لمشاهدة سبيس تون التي لا يختلف عليها أحد لأنها القاسم المشترك لكل الأذواق.



نورة الأمورة

الأمومة عند الحيوان

القرد

القرد من الثدييات الصغيرة الكثيرة الحيوية والنشاط والذكاء، وتعيش القرود بعضها مع بعض في قطعان.

أمهات وصغار:

تلدُ أنثى القرد صغيراً واحداً في كلّ حمل، ويتراوح طول فترة الحمل بين أربعة أشهر ونصف وثمانية أشهر.
وبعد الولادة يكون الصغار معتمدين على أمهم اعتماداً تاماً لتوفير الغذاء والحماية، وتقوم الأم بإرضاع صغارها موفرة لهم عن طريق حليبها الغني بالبروتينات غذاءً رئيسيّاً في بداية حياتهم، وتتراوح فترة الفطام بين أسابيع قليلة وعامين.
يتعلّق الصغير ممسكاً بفرو أمه منذ لحظة ولادته تقريباً، وتحمله أمه حتى يستطيع السير بمفرده بأمان، وأحياناً يتولّى الأب حمل الصغار وإعطاءهم للأم للرضاعة فقط.

حياة المجموعة:

تعيش أنواع القرود كلّها في مجموعات تضمُّ من 30 إلى 100 قرد.
ويوجد ثلاثة أنواع من مجموعات القرود الاجتماعية:
1- المجموعات الأسريّة: تتكوّن من ذكرٍ واحدٍ مكتمل النمو، وأنثاه الوحيدة وصغارهما.
2- المجموعات المتعددة الذكور: تتكوّن من عددٍ من الذكور المكتملة النمو، وضعف هذا العدد من الإناث المكتملة النمو مع صغارها في المجموعة الواحدة.
3- المجموعات وحيدة الذكر: تتكون من ذكر واحد مكتمل النمو والعديد من الإناث المكتملة النمو وصغارها في المجموعة الواحدة.

وفي المجموعات الثلاث السابقة تعمل الإناث على تغذية صغارها وحمايتها بكلّ ما لديها، ويقوم الذكر بحماية الإناث والصغار من هجوم الأعداء.






تسالي

هل تستطيعين استبدال الأرقام المناسبة
بالأشكال إذا عرفتِ أنّ

= 10

هيّا نشطب كلمات اللغز الموجودة داخل المربعات ليظهر لنا حلّ اللغز.

و	ع	ب	ر	أ
م	ق	و	ر	ت
س	ه	ن	أ	ك
ت	ت	ل	ق	ب
د	ا	م	هـ	ا
ي	ا	ج	ل	ح
ر	ت	د	ل	ر
ه	ج	م	ت	ف
ى	ل	و	أ	ي
ب	م	ج	ن	ن
ا	ت	ب	ك	ر
ق	إ	خ	ف	ف
ي	ذ	ا	ي	ل
ه	ا	ت	ه	ك
م	ا	ذ	إ	ف
ح	ر	و	ف	ه
ن	ي	ع	ل	ا

الخاتم

ومستدير تروق العين بهجته
كأنه فلك نجم الدجى فيه
حروفه أربع إذا ركبت
فإذا ما قلت أول حرفين تمّ باقيه

قصة بنت أم جدة

الإيمان بالله



مضى ثلاثة أسابيع على هذه الحالة،
الوقت يمرُّ رتاباً والحال على ما هو عليه لم يتغير شيء،
الهدوء يعمُّ أرجاء البيت، والحزن يجد مأوىً دافئاً له في كلِّ زاوية صغيرة كان لها فيها ذكرى جميلة، الجميع صامت وكأن روح الحياة وأملها رحلت من عندنا لتذهب في رحلة مجهولة المعالم والنهايات ولا أحد يعرف ستعود أم لا.
ولكن الأمر كان يزداد سوءاً عند ابنتي فاطمة، وحالها تتراجع يوماً تلو الآخر حتى أنني أصبحت أتوق لأرى الابتسامة على وجهها، وبدأ قلقي عليها يكبر شيئاً فشيئاً ليتحوَّل إلى خوف شديد، فقد اعتصمت عن الطعام ولم تعد تطيق التكلُّم مع أحد من أفراد العائلة.
لقد بات خوفي عليها همّاً لا هرب منه، تملَّكتني الحيرة والقلق وتوقفت الأفكار في رأسي، فأنا لا أعلم ما الذي يمكن فعله مع ابنتي فاطمة وكيف يتسنّى لي مساعدتها لتستطيع محاربة اكتئابها ومواجهة الواقع كما هو وكما أراده الله لنا، فهي لا تستطيع تقبل فكرة انتقال جدتها إلى الدار الآخرة عن عمرٍ يناهز التاسعة والسبعين، فقد كانت الجدة المؤنس لفاطمة في آخر النهار، بحكاياتها المسلية والممتعة، والمحامي الذكي الذي يستطيع الدفاع عنها أمامي أنا ووالدها عندما نفرض عليها عقاباً ما، مما جعل من فاطمة الفتاة المنهارة التي لم تستطع الاستكانة إلى نمط الحياة وسنة الكون.
فكَّرتُ مليّاً وتكراراً بالطريقة التي تعيد فاطمة إلى طبيعتها، وخاصَّة أنها لا تحرِّك ساكناً عند تحدثي إليها، فكلُّ ما كنت أراه في عينيها هو ملامح الحزن والدهشة ورفض للواقع والحياة.







مرَّ الوضع على
هذه الحالة أسبوعاً آخر وقلبي
يكاد ينفطر حزناً على ابنتي فاطمة، فهي
لا تستجيب لأيّ مؤثر خارجي، إلى أن حاول والدها
التحدث إليها مرة أخرى، وهو يبذل كل ما بوسعه
لمساعدة فاطمة وإقناعها بأن الموت هو خاتمة الأشياء
كلها، ولقد فرضه الله علينا في الوقت الذي فرض فيه
الحياة أيضاً، فكلاهما حق وحقيقة وعلينا الإيمان بهما وتقبلهما،
وأننا سنلتقي بمن نحب في الدار الآخرة بعد أن نكون احترنا
الحياة وحققنا كل ما هو مفيدٌ ومُرضٍ لله سبحانه وتعالى.
و هكذا أكمل الحديث والد فاطمة...... فحاولت الدخول في مجراه
بذكر الآية القرآنية، بسم الله الرحمن الرحيم ((الذي خلقَ الموتَ
والحياةَ ليبلوكم أيُّكم أحسنُ عملاً وهو العزيزُ الغفور)).
وبدأنا الاستعانة بأمثلة من الحياة والطبيعة، من الأشجار والحيوانات
والناس والمجتمع والنباتات، إلى أن انفجرت العاصفة الساكنة بعد
هدوء طال كثيراً فصرخت فاطمة ((أكره الموت أكرهه، أريد الحياة
لا أريد أن أموت)).
فرحتُ حينها لتكلّمها وردّها على أبيها، وأنها بدأت تفرغ ما
بصدرها، وقلتُ لها رفضك للموت يعني أنك تريدين الحياة، ومن
يريد الحياة عليه أن يأكل ويشرب ويحيا مؤمناً بربه شاكراً على
نعمه وكرمه علينا، وأنّ الموت هو حق على كل كائنات الأرض
بلا منازع، لذا علينا الاستسلام إلى حكمة الله سبحانه
وتعالى والعمل على استغلال هذه الحياة الدنيا القصيرة
بالطاعة والعبادة والعمل الصالح والإيمان الصادق والتقرب
منه عز وجل، بسم الله الرحمن الرحيم
((وما خلقتُ الجنَّ والإنسَ إلّا ليعبدونِ)).



فلة و الأقزام



لا تزال زوجة الأب تحيك خططها الشريرة للإيقاع بفلة ....














آه حقاً إنه السيف موجود هنا.

أطلقي سراحه، أطلقي سراحه.


إذاً فالنداء كان صحيحاً.


فلة ليست في غرفتها.


هاهي قد عادت.


أظن أنها غريبة بعض الشيء.
حسناً سوف نرى ماذا سنفعل!


اسمعوني جيداً...
ما كنت أسمعه كان صحيحاً
وعليّ الآن أن أنقذ أخي.


أطلقي سراحه، إنه في غرفة المرآة.
أنا قادمة إليك يا وسام.
ترى لماذا تأخرت يا فلة؟


خذا كيس العشب المنوّم هذا، فربما ينفعكما، أمّا أنا فلديّ مهمّة أخرى.


سألحق بها وأنقذها وأعيدها.
أنا ذاهبٌ معك.


علينا أن نلحق بها وننقذها.

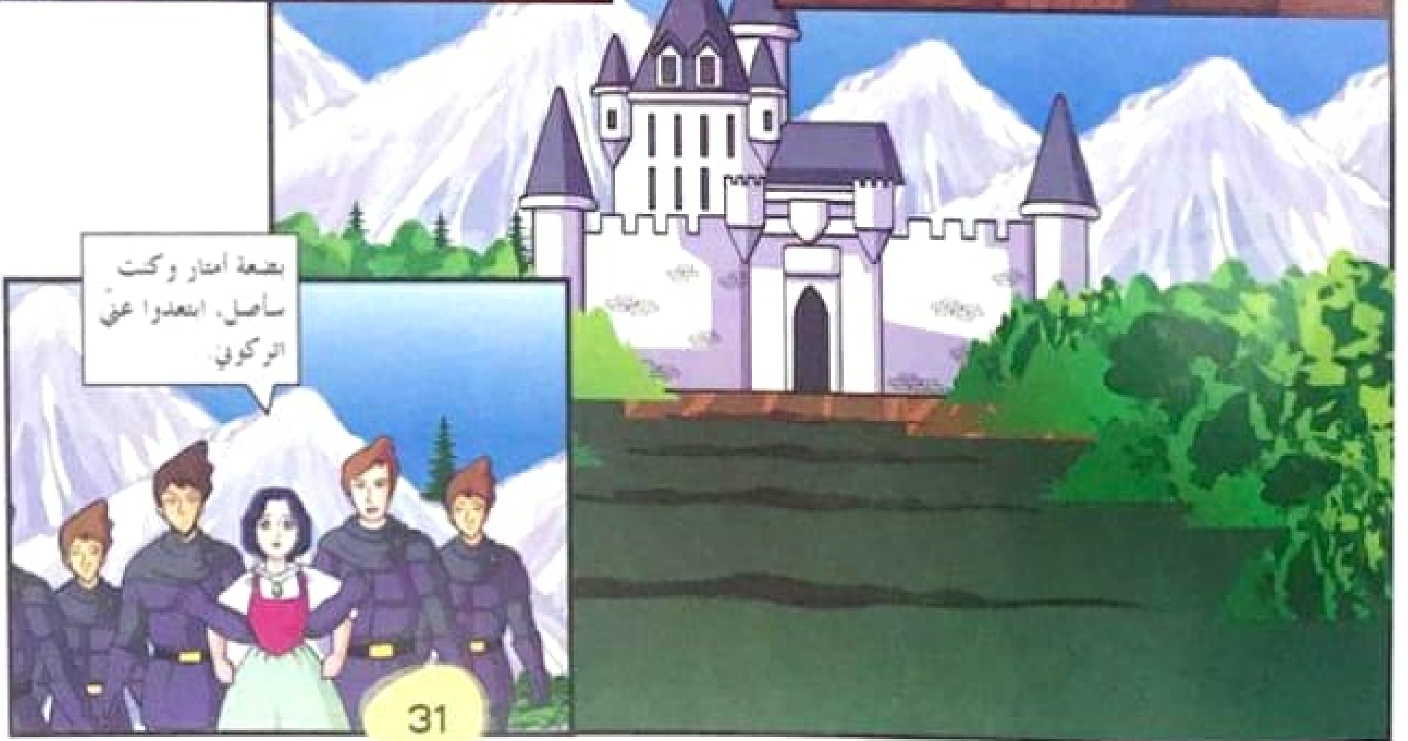

آه لقد تعبت.
هيّا أسرعي يا فلّة.


أرى حصاناً هناك سآخذه وأسرع.


هيا أيها الحصان، فلنسرع.


إنها قلقة، ولكن لماذا هي مسرعة؟! سألحق بها.


هيّا أيها السيد أسرع أكثر.


بضعة أمتار وكنت سأصل، ابتعدوا عني الركوب.













ترى هل ستسكت زوجة الأب على فشلها؟ تابعوا معنا الأحداث في العدد القادم.

جنان اللؤلؤ

فاطمة بنت الخطاب

صحابيّةٌ جليلةٌ أسلمت مع تنفّس صبح الإسلام، إنها فاطمة بنت الخطاب بن نفيل القرشيّة العدويّة، أخت عمر بن الخطاب رضي الله عنهما.

عقلها الراجح:

اتّصفت فاطمة بنت الخطاب برجاحة العقل، وبُعد النظر في الأمور، ونقاء الفطرة، وطهارة القلب، لذلك كان إيمانها إيماناً لامكان فيه للريب، ولقد ورد في الكتب أنّ أوّل من أسلم من النساء بعد خديجة رضي الله عنها أم الفضل زوج العباس بن عبد المطلب، وأسماء بنت أبي بكر، وفاطمة بنت الخطاب رضي الله عنهن، وكان مشركو قريش يذيقون من آمن ألواناً من العذاب تنوء عن حملها الجبال، وكان عمر يعذّب أخته قبل أن يسلم، ولكنّها بقيت صابرة على هذا حتى أصبحت سبباً غيّر مسار عمر رضي الله عنه الذي غدا أحد أسياد الصحابة.

إصرارُها على الحق:

عندما وصل خبر إسلامها وزوجها إلى أخيها عمر قبل إسلامه ذهب إليهما وهو غاضب، فقال: أخبرت أنكما تابعتما محمّداً على دينه، فقال له صهره: يا عمر أرأيت إن كان الحق في غير دينك؟ فلمّ يتمالك عمر نفسه، فوثب على صهره ليضربه فقامت فاطمة رضي الله عنها لتدافع عن زوجها فنفحها بيده نفحةً أدمت وجهها، ولكن عندما رأى سيدنا عمر ما فعلهُ غضبهُ ندم واستحى ثم قال: أعطوني هذا الكتاب الذي عندكم فأقرؤه، فقالت له فاطمة رضي الله عنها وقد طمعت في إسلامه: إنك رجسٌ ولا يمسّه إلا المطهّرون، فقم فاغتسل، فقام فاغتسل ثم أخذ الكتاب فقرأ: (بسم الله الرحمن الرحيم) فقال: أسماءٌ طيّبة، ثم أكمل (طه. مَا أَنزَلْنَا عَلَيْكَ الْقُرْآنَ لِتَشْقَى، ...... إِنَّنِي أَنَا اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنَا فَاعْبُدْنِي وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي) فقال: ما أحسن هذا الكلام وأكرمه، دلّوني على محمد، ثم ذهب إلى دار الأرقم وأسلم بين يديّ النبي صلى الله عليه وسلّم، فقرّت عين فاطمة التي كانت سبباً في إسلامه.

رضي الله عن فاطمة وعن أخيها وزوجها، وجعلهم في مستقرّ رحمته في الجنة، ولنعم دار المتّقين.

صنارة تصنع العجائب



غرزة ذات اللقّة

غرزة ذات اللقّة غرزة جميلة جداً من غرز الكروشيه، وتُعتبر من أهمّ الغرز الأساسية في عالم الكروشيه، وهي تأتي في المرتبة الثانية بعد غرزة المكنوزة، وفي هذا العدد ستتعلّم طريقة تنفيذها.

المطلوب

1. خيط صوف.
2. صنارة واحدة تناسب سماكة خيط الصوف.

خطوات العمل

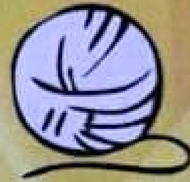


خذي الصنارة والخيط وقومي بعمل عشر حلقات من غرزة السلسال والتي تعلمناها في الأعداد الماضية، الرسم (1) يوضّح طريقة تنفيذ غرزة السلسال.

ثم قومي بعمل ثلاث غرز سلسال للارتفاع.



لفّي الخيط على الصنارة، ثم أدخليها في الحلقة الأولى بعد غرز الارتفاع الثلاث، انظري الرسم (2) واتبعي اتجاه السهم.



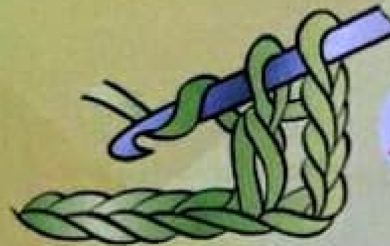


3



الآن اسحبي الخيط بالصنارة من داخل الحلقة ولفّيه مرّة أخرى حول الصنارة كما في الرسم (3).

4



لاحظي اتجاه السهم في الرسم (3) والذي يوضّح أنك بعد لفّ الخيط يجب أن تسحبيه داخل الحلقتين الموجودتين على الصنارة لتحصلي على الشكل الموجود في الرسم (4).

الآن أصبح لديك حلقتان على الصنارة، اسحبي الخيط من داخلهما إلى الخارج، كرّري الخطوات لتحصلي على صفّ كاملٍ من غرزة ذات اللفّة.

الرسم (5) يساعدك على التدرّب على غرزة ذات اللفّة.

5



ملاحظة:

في بداية كل دور من الحباكة نقوم بعمل ثلاث غرز سلسال للارتفاع.

تمرّني على غرزة ذات اللفّة بشكلٍ جيد لتتمكّني من مشاركتنا في حياكة الكثير من الأشياء في الأعداد القادمة إن شاء الله.

أزياء خالدة

زيٌّ عراقي

يُعتبر العراق مهدُ الحضارات، سكنه الإنسان منذ أقدم العصور التاريخية، ولقد عبر الإنسان العراقي الحقب الطويلة، وخضع لمؤثرات انعكست على جميع صور حياته، وقد كان لها الأثر الفعّال في نمط معيشته وملبسه، حيث تنوّعت بتنوّع واختلاف المناطق والبيئات الاجتماعية والجغرافية.....

بهذه الكلمات بدأت المعلمة حصّة الرسم، فهل تعلمين عمّا سنرسم اليوم؟ عن الزي التراثي العراقي، لكننا لا نعرف كثيراً عنه، لذلك شرحت لنا معلمتنا عن هذا الزي العريق.

بدأت الدرس بالحديث عن ملابس المرأة، حيث كانت ترتدي (الدشداشة) وهي عبارة عن ثوب طويل، وترتدي فوقها (اللبادة) المصنوعة من قماش محشو بالقطن، وهذا لتبعث الدفء في فصل الشتاء، ولذلك يسميها البعض (المقطنة)، وكانت المرأة تضع حزاماً تُسمى (الشويحي) ويكون عرضه من 3 إلى 4 سم وهو مصنوع من الصوف، وهذه الملابس كانت شائعة في الأرياف، أمّا في المدن فقد كانت ترتدي المرأة (البلوز) وهو عبارة عن ثوب يغطي الجزء الأعلى من الجسم وترتدى مع(التنورة) التي تغطي باقي الجسم، حيث تكون ضيّقة عند الخصر وتنسدل باتساع إلى الأسفل.

سألتُ معلمتي : وماذا كانت تضع المرأة العراقية على رأسها ؟

أجابتني: لقد تنوّعت أغطية الرأس، فمنها ما كان مستطيلاً ومصنوعاً من الحرير، وتكون عادةً مخططة بلونين أو ثلاثة، وهناك (البويمة) وهي قطعة من الحرير الأسود مربعة الشكل تُلف حول الرأس ويُشدُّ طرفاها عند مؤخرة الرأس ويُثبّتان بدبوس، وفي بعض الأحيان تضع المرأة العراقية (البوشيّة) وهي غطاء من الحرير الأسود الرقيق، تستعمله لتغطية الوجه، أما الحلي فقد تنوّعت، وخاصةً في العصر العباسي، ومنها (التاج) وهو إكليل من الذهب والجواهر، كما تحلّت بالقلائد والأقراط المرصّعة باللآلئ والمجوهرات الثمينة.

لقد انتهت معلّمتي من الشرح، وسأبدأ الآن بالرسم.



حسابي

هيا نحصي عدد الزهور في هذه الصورة،
ثم نلّونها.



هيّا نضع الأرقام في أماكنها الصحيحة داخل المربعات.

1			8					
4			0			8		
5			2			9		
1						1		
						2		

رقمان	ثلاثة أرقام	أربعة أرقام	خمسة أرقام	ستة أرقام
17	240	1778	49201	265789
35	118	4802	51451	051234
44	279	1790	16645	478974
26	165	1178	78912	523407
93	813	9712	98726	
24	507	8248		
27	571			

منوعات ثقافية

مكتبةٌ في كتاب



إنّه كتابُ الأغاني .... من أشهر دواوين الأدب العربي وأضخمها وأجلّها وأقدمها.
ضُربت في جودة تأليفه الأمثال، ويُعدُّ كتابُ الأغاني أعظم مؤلفات أبي الفرج الأصفهاني علي بن الحسين، وهو عالمٌ وأديبٌ واسعُ المعرفة في التاريخ والإنسان والسيَر والآثار واللغة والمغازي، ولد في أصفهان ونشأ في بغداد وتوفي فيها....
وقد أحدث كتابه هذا عند ظهوره ما لم يحدثه كتابٌ آخر من التأثير والقبول في الأوساط العلميّة وحلقات الأدب ومجالس الأمراء والملوك، فقد قضى أبو الفرج خمسين سنة من عمره في تأليف هذا الكتاب الذي استنفذ طاقته وامتصّ سنيّ شبابه وكهولته وشيخوخته ......
لكن لماذا سُمّي هذا الكتاب بكتاب الأغاني؟
إنّ كلمة الأغاني في عنوانه تعني الأصوات والألحان في عرفنا اليوم، وكان الدافع الأول إلى تأليفه وتبويبه هو جمع الألحان المئة التي اختارها المغنّون لهارون الرشيد الخليفة العباسي، وعنوان الكتاب لا يدلُّ على مضمونه الذي يقوم في الحقيقة على تقصّي تراجم الشعراء والمغنين وما يتصل بهم من شعر وأخبار وغناء وموسيقى، وما إلى ذلك منذ العصر الجاهلي حتى القرن الثالث الهجري .....أمثال (امرؤ القيس ، حسان بن ثابت، وجرير وغيرهم).

ولكن أبا الفرج لم يقتصر على الشعراء والمغنين وإنما جعل كتابه موسوعة جزيلة الفائدة تضمُّ أخبار العشرات بل المئات من الأعلام والقبائل العربية وخلفائهم وأمرائهم وبعض مختارات من روائع الشعر والنثر والأمثال والحكم والوصايا ووصف مآكل العرب وصوراً من حياتهم الاجتماعية.

إنّ كتاب الأغاني مصدرٌ ثمينٌ لا يعدله مصدرٌ آخر، وكنزٌ موروثٌ لا يرقى إلى نفاسته كنزٌ آخر.

طُبع كتاب الأغاني عدّة مرات في مصر وبيروت في بضعة وعشرين مجلداً، وبعض طبعاته لم تكتمل حتى اليوم.

إنه موسوعةٌ حقاً..... فصدق من وصفه بأنه مكتبةٌ في كتاب.



شمس قمر نجوم



المجموعة الشّمسيّة

في الأعداد الماضية حلّقنا معاً في هذا الكون الواسع، وتنقّلنا بين المجرّات إلى أن وصلنا إلى مجرّتنا (درب التبانة) التي تتألف من ملايين النجوم، وشمسنا واحدة منها، واليوم وصلنا إلى مجموعتنا الشمسية.

عائلة الشّمس:

تُعدّ الكواكب التي تدور حول الشّمس أفراداً من أسرة الشّمس، وتُعرف باسم (المجموعة الشّمسيّة) أو النظام الشّمسي، حيث تقع الشّمس في الوسط ويدور حولها تسعة كواكب، كلٌّ واحدٍ منها يدور حول الشّمس في طريقٍ محددة تُدعى المدار، والكواكب هي من الأقرب إلى الأبعد عن الشمس: عطارد، الزُهرة، الأرض، المريخ، المشتري، زُحل، يورانوس، نبتون، وأخيراً بلوتو، ويطوف حول الشّمس في المنطقة الواسعة بين المريخ والمشتري عددٌ لا يُحصى من الكويكبات، كما تدور مُذنّبات عديدة حول الشمس أيضاً.

الكلُّ يدور:

تدور كلُّ أفراد المجموعة الشّمسيّة حول أجسامٍ أخرى، فتدور الأقمار حول كواكبها، وتدور الكواكب حول الشمس بينما يدور كلُّ كوكب حول محوره في الوقت نفسه، والشمس تدور أيضاً، كما تدور مجموعتنا الشمسية بأكملها حول مركز مجرتنا (درب التبّانة).

حقائق مدهشة:

يُعدُّ قطر الشمس أكبر من قطر الأرض بحوالي 109أضعاف، وحوالي عشرة أضعاف المشتري.

ما الفرق بين المُذنّب والنّيزك؟

المُذنّب له ذيلٌ طويلٌ ومشعٌّ، أما النّيزك فهو كتلة من الصخر أو المعدن تسبح في الفضاء، وعندما تدخل النيازك في الغلاف الجوّي للأرض تبدأ بالاحتراق فترسل شريطاً ضوئياً يُدعى الشّهاب.



أطباق زمردة الطاهرة

اسمي : حساء الجزر والطماطم.

مدة تحضيري : ساعة واحدة.

الكمية تكفي لـ : ثلاثة أشخاص.

الطماطم من أهم مكوّناتي، وهي غنيّة بالفيتامينات والأملاح المعدنية والكالسيوم والفوسفور والكبريت والبوتاس والصوديوم والحديد واليود والمغنيزيوم، ولأنّ الطماطم تحتوي على الحوامض النباتية المركبة مع القلويات فهذا يجعلها تشكّل أملاحاً سريعة التفكّك تعدّل حموضة المعدة وتنقّي الدم.

ينبغي أن لا تُطبخ الطماطم بأوانٍ مصنوعة من الألمنيوم أو المطلية بالميناء.

أحتاج إلى :

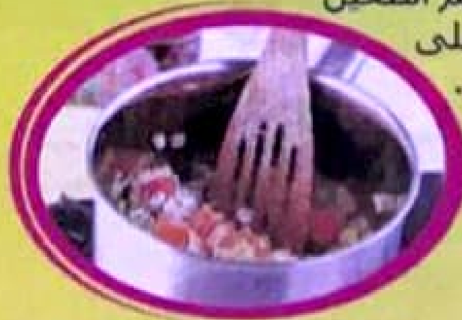
ملعقة من معجون الطماطم، 400غ من الطماطم المقطّعة والمغلية، بصلة متوسطة، جزرة متوسطة، فص ثوم، 4ملاعق من زيت الزيتون، ملعقة من الطحين، ملعقة من الزعتر البرّي، ملعقة طعام من السكر، أربع ملاعق من عصير الليمون، قطعتين من الخبز.

ابدئي بتحضيري:



ضعي ملعقتين من الزيت في وعاء الطهي وارفعيه على النار، ثم ضعي بداخله البصلة والجزرة بعد التقطيع واطبخيهم مدّة خمس دقائق مع التحريك.

ثم أضيفي إليهم الطحين والثوم وأبقيهم على النار مدة دقيقتين.





أضيفي إليهم نوعي الطماطم، والسكر وعصير الليمون، وأبقيهم على النار مدة 25 دقيقة.



قطّعي الخبز إلى مكعبات.

ضعي الخبز في وعاء للطهي وأضيفي إليه ملعقتين من زيت الزيتون، وقليلاً من الملح والفلفل وحمّصيه إلى أن يصبح لونه ذهبياً.





ضعي مزيج الخضر في الخلاط الكهربائي، ثم اسكبيه في طبق التقديم.



آخر لمسة

القلم العملاق

أين اختفت الأقلام؟!!
لقد غادرت قريتها بسبب القلم العملاق، إنها خائفةٌ منه، ولكنه قلمٌ طيّب ومسكين، فما رأيكن أن نساعده ونحضر له أصدقاءَ ليلعب معهم.

المواد المطلوبة:
ورق مقوّى، ورق جرائد، مسطرة، مناديل ورقيّة، شريط لاصق، غراء، مقصّ، ألوان مائية، فرشاة تلوين، قلم تخطيط أسود اللون، قلم حبر أسود.

طريقة العمل:



نحضر الورق المقوّى ونقسمه بوساطة المسطرة والقلم إلى ستة مستطيلات متساوية، ثم نثني الورق بمساعدة الخطوط إلى أن نحصل على شكلٍ خماسي الأضلاع مجسّم، ثم نلصق آخره بالشريط اللاصق، وهكذا نكون قد حصلنا على جسم القلم.



نحضر مستطيلاً صغيراً من الورق المقوّى ونلفّه بشكلٍ هرمي.

نلصق الشكل الهرمي في نهاية جسم القلم بوساطة الشريط اللاصق وندخل في مقدّمته قلم التخطيط ونثبّته باللاصق.

نقطّع ورق الجرائد ونحشو جسم القلم بوساطته.

نبلّل المناديل الورقيّة بالغراء ونغلّف جسم القلم كاملاً بها، ثم نلوّنه بالألوان التي نحبُّ ونرسم التفاصيل بقلم الحبر الأسود.

العبي مع جودي

ارمي الكرة (1)

لقد اقترب موعد لقاء الصديقات، ماذا ستحضّر جودي لهنّ هذه المرة يا تُرى؟
ما هذا يا جودي؟ نرى معك مجموعة من القناني البلاستيكية الفارغة، وورق جرائد، وشريط لاصق، وغراء وفرشاة وألوان.
لقد أحضرتُ لكُنّ لعبةً ممتعةً جداً، ولكن قبل أن نلعبها يجب أن نصنعها.......



نحضر ست قناني بلاستيكية فارغة، ثم نقطّع ورق الجرائد ونصنع منه ست كرات بحجم قبضة اليد، ثم نلصقهم بوساطة شريط اللاصق عند فوهة كل قنينة .

والآن نغلّف كل قنينة بقطع من ورق الجرائد، وهذا بإلصاقها بالغراء.





وفي النهاية نلوّن القناني بالألوان التي نحب، ثم نرسم عليها أشكالاً مرحة وبألوان زاهية.

والآن نحضر كرة مضرب ونبدأ اللعب.
ولكن ما هي شروط هذه اللعبة يا جودي؟
سأخبركن عنها في العدد القادم...

آلة وأنامل

فنُّ الموشّحات

ما هو الموشّح ؟

إنّه فنٌ شعريٌ غنائيٌ يُقام على عَروضٍ مختلفةٍ عن عَروض الشعر عند العرب، ولقد عرّفه ابن سناء الملك بأنه كلامٌ منظومٌ على وزنٍ مخصوص .... و من هنا نعلم أنّ الموشحات تختلف عن القصائد بخروجها عن مبدأ القافية الواحدة، بل تعتمد على جملةٍ من القوافي المتناوبة والمتناظرة وفق نسقٍ معيّن، وهي تختلف عن الشعر من ناحيةٍ أخرى في أنها تنطويَ في بعض أجزائها و بخاصّة خاتمتها على العبارة العاميّة دون الفصحى، كما تتصل الموشحات اتصالاً وثيقاً بفن الموسيقى وطريقة الغناء في الأندلس، وأغلب الظن أنها تُنظم لغرض التلحين، و تُصاغ على نهجٍ معيّن لتتفق مع النغم المنشود.

ولكن من مخترع هذا الفن؟

الموشح فنٌّ أندلسيٌّ أصيل ابتدعه العرب هناك في ظلّ ظروفٍ اجتماعية خاصّة، وعوامل بيئيّة معيّنة، وأغلب الظن أنّ تسمية الموشح استعيرت من الوشاح والذي يُعرّف في المعاجم بـ (وشاح مرصّع بالجواهر واللؤلؤ تتزيّن به المرأة) ولهذا سُمّي هذا النمط بالموشح لما انطوى عليه من ترصيع وتزيين وتناوب بين الجواهر و اللآلئ كما تتناوب القوافي في الموشّح.

لماذا نشأ فن الموشح؟

هناك عدّة عوامل لنشوئه؛ منها إضافة الوتر الخامس للعود ممّا أدى إلى التنويع الموسيقي الذي يقتضي وجود عدّة قصائد غنائية مختلفة الأوزان، والموشح قد يكفل مثل هذا التنويع، ومن عوامل نشوئه أيضاً استخراج بعض الشعراء للأعاريض المهملة في الأبحر العربية رغبةً منهم في التفنّن في الشعر وإظهار أشكال جديدة لم يألفها الناس بعد.

آلة القصبة

آلة نفخيّة مصنوعة من الخشب أو المعدن، أسطوانيّة الشكل، لها ستة ثقوب من الأمام و ثقب واحد من الخلف، و تنتج الصوت بوساطة النفخ المائل في إحدى فتحتيها، و آلة القصبة هذه تشبه آلة الناي المنتشرة في البلاد العربية جميعها، و هنا أيضاً نرى التأثير العربي في الخلايا اللحنية التي تتمتّع بإصدار بعض المسافات اللحنية العربية.

المزرعة الصغيرة

أشرعة من البقول

معظم نباتات البقول بذورها كبيرة، إليك الآن طريقة تجعل من هذه البذور مبعثاً على الاستمتاع والتعلم، أنت في حاجة إلى إناءٍ شفاف تضعين فيه بعض البذور والماء، وبعدها راقبي البذور عندما تخرج منها الجذور والبراعم، انقليها إلى الحديقة لكي تنمو بشكلٍ صحيح فتصبح نباتات مكتملة.

راقبي النباتات الحديثة وهي تنمو.





تحتاجين إلى:

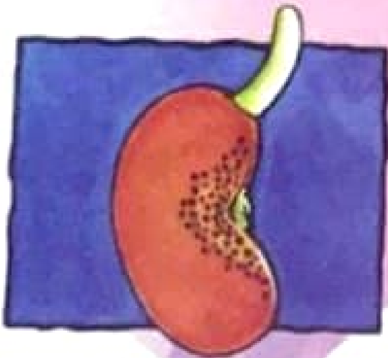
بذور بقول زاحفة، إناء شفّاف، مناديل ورقيّة، قصبة، مجرفة.

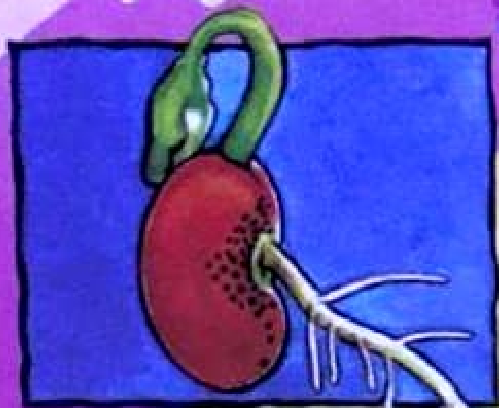
ضعي بعض البذور في قليلٍ من الماء لليلة واحدة.

ثمّ ضعي المنايل الورقيّة على جدار الإناء من الداخل، وأضيفي 2سم من الماء.

ضعي بذرتين أو ثلاث بذور بين المناديل والكأس من الداخل، وتأكدي من أنها لن تسقط في الماء.

احرصي على أن تكون المناديل الورقيّة رطبة، وبعد أسبوع ابحثي عن جذرٍ صغيرٍ جداً يخرج من البذرة، سترين برعماً أخضر.





راقبيها بحرص على مدى الأيام القادمة، وستجدين أن الجذر ينمو متجهاً إلى الأسفل بحثاً عن الماء والغذاء، وأن البرعم ينمو متجهاً إلى الأعلى بحثاً عن الضوء.

المتسلّقات الزاحفة :

عندما تصبح نباتاتك بطول 15سم تقريباً يمكنك زرعها في الخارج، إمّا في حوض أو في أرض مكشوفة.



1- رتّبي النباتات على شكل دائرة، ثم احفري حفرةً لكلٍّ منها بالمجرفة.

2- ضعي قصبة ثابتة في الوسط.

3- ثبّتي الحبال الرفيعة على القصبة، وثبّتيها بالأرض أيضاً قريباً من النباتات.

4-عندما تنمو البقول ستتسلّق الحبال الرفيعة صاعدةً إلى الأعلى، هل ستلتفُّ حول نفسها باتجاه عقارب الساعة... أم عكسها ؟

طبيب بلا موعد

الألياف

قد لاتخطر ببالنا أهميّة الألياف في الطعام ودورها، لكن خبراء التغذية يؤكدون على ضرورتها في غذائنا، لذا علينا أخذ فكرة عامة عنها لنكتشف بأنفسنا دورها في عملية الهضم،

فما هي الألياف؟

الألياف هي الجزء البنيوي من جدران الخلايا النباتية (الفواكه والخضر والثمار والأوراق) أي أنها لا توجد في المنتجات الحيوانية ولا يمكننا اعتبارها من المغذّيات اللازمة للجسم، لكنها ضرورية لحركة وعمل وصحة الأمعاء لأنها تساهم في إخراج الفضلات من الجسم فإبقاؤها لفترة طويلة يسبّب تخمرات ضارّة غير مرغوب فيها، ونقصها في طعامنا يعرّضنا لإزعاج ومشاكل الإمساك، وللألياف نوعان:



النوع الأول:

الألياف غير المنحلّة بالماء، وهي غير قابلة للهضم، تُعرف جيداً بتأثيرها الملين لأنها تمتصُّ كميّات كبيرة من الماء وتحبسها فتزيد من حجم الفضلات وطراوتها وتحرّكها بسرعة أكبر عبر الكولون فتنبّه وتنشّط عضلات الأمعاء، وأشهر أنواعها السيليلوز وأهم الأغذية الحاوية عليه: الحبوب الكاملة (الحبوب مع غلافها) وما يُصنع منها، والطحين الكامل والمعكرونة الكاملة والأرز الأسمر والذرة والخضار والفواكه.

النوع الثاني:

الألياف المنحلّة، وتتصف بقدرتها على الاتحاد مع الماء في الوسط المعوي فتشكّل مواد هلاميّة كثيفة تعمل على تأخير هضم وامتصاص الكربوهيدرات(النشويات) ممّا يعطينا شعوراً بالامتلاء والشبع، ثم تقوم بتنشيط عملية دفع محتويات الأمعاء وتضخيم حجمها، كما تعمل على تنشيط نمو البكتريا المفيدة في الأمعاء، فتساعد بذلك على تصنيع بعض المواد المفيدة وامتصاصها.

وأهم المواد الغنيّة بالألياف المنحلّة:الفواكه، البازلاء الخضراء، الفاصولياء الخضراء، العدس، الشوفان، الشعير، الخضر بشكلٍ عام، والجزر والتفاح.

أثبتت البحوث أنّ تناول الألياف بنوعيها يساهم في انخفاض خطر العديد من الأمراض الخطيرة والشائعة والتي تصيب الأشخاص العاديين والمصابين بأمراض مزمنة كحالات كسل الأمعاء وسرطان الكولون، كما تؤثر الألياف في تخفيض مستوى الكولسترول، ولِها تأثير مالئ للمعدة فتساعد الأشخاص البدينين على التحكّم بأوزانهم كما تساعد المصابين بالسكري على ارتفاع سكر الدم بعد الوجبة الطعامية بشكلٍ متدرّج وليس بشكل سريع وحاد لأن الألياف تبطئ الهضم والامتصاص، وتقدّر حاجة الجسم اليومية للألياف في الطعام من 53 إلى 40 غرام، نستهلك الألياف حسب نوع المادة الغذائية، فبعض النباتات لا يمكننا تناولها إلا إذا كانت مطبوخة جيداً كالفاصولياء والقمح مثلاً، وهناك خضر يمكننا أكلها مطبوخة ونيئة مثل الملفوف والجزر، إن صعوبة الاحتفاظ بالفيتامينات والمعادن بعد الطهو تجعلنا نلجأ إلى أكل بعضها نيئة على شكل سلطة خضار وسلطة فواكه فليس هناك أجمل من منظر السلطات الملوّنة على موائدنا، فهي تذكّرنا بإبداع الخالق وكرمه.

مصنع الفنون

فنّ المقالة

تكلّمنا في العدد الماضي عن العناصر التي يجب أن تتألف منها كلّ مقالة، واليوم سنقف عند أنواع المقالة.

إذا أردتِ كتابة مقالة ما فيجب أن تختاري نوع مقالتك قبل البدء بها.....

أنواع المقالة من حيث الأسلوب:

1-المقالة العلميّة: إذا اخترتِ لمقالتكِ موضوعاً علمياً فيجب أن تعالجيه بأسلوبٍ واضح ومحدّد بقصد خدمة المعرفة والاهتمام بالفكرة دون الصورة، وأن تستعيني بالألفاظ الدقيقة الدالّة، والعبارات السهلة الواضحة والبعيدة عن التأنّق والزينة اللفظية، وأن تستند مقالتنا إلى العقل والمنطق بعيداً عن الخيال والعاطفة، إليكم صديقاتي هذا المقطع من مقالة علميّة تتحدّث عن الخشب:

(يتألف الخشب كيماوياً من نوعين أساسيين هما:
السيللوز، وهي مادة القطن البيضاء، والخشبين، وهو مادة كيماوية عملها لصق ألياف الخشب بعضها مع بعض وإعطاؤها القوة، وخشب الأشجار عندما يُقطع يحتوي على رطوبة ماء تزيد على رطوبة الجو).

2- المقالة الأدبيّة: أمّا إذا أردتِ كتابة مقالة أدبيّة فيجب أن تعتني بجمال الأسلوب وأناقة العبارات، وأن تحسني اختيار الألفاظ والصور، ومثال هذا النوع : (الحياة الحياة، إذا أنت لم تفسدها جاءتك دائماً هداياها، فانظر كيف يبثُّ الربيع في الطبيعة هذه المعاني التي تبهج كلَّ حيٍّ بالطريقة التي يفهمها كلُّ حي، وانظر كيف يجعل الربيع في الأرض معنى السرور، وفي الجو معنى السعادة) ونلاحظ صديقاتي في هذا النص أنه لم يأتِ لمعالجة قضية فكرية أو علمية ما، ولا لإثبات رأي أو دعم فكرة، بل انطلق من موقف تأمُّلي يتحدث عن الربيع والحياة.

ولكن للمقالة أيضاً أنواع من حيث موقف الكاتب من الموضوع :

1- المقالة الذاتيّة: هذا النوع يعبّر عن شخصيّة الكاتب لصدوره عن مخيّلته، فهو يعبّر عن إحساساته ومشاعره.

2- المقالة الموضوعيّة: في هذا النوع يبتعد الكاتب عن شخصيّته وعواطفه، فيلتزم الحياد ويغلب هذا النوع على المقالات العلميّة.

3- المقالة الذاتيّة الموضوعيّة: هذا النوع يجمع بين النوعين السابقين بشكلٍ متفاوتٍ.

والآن بعد أن عرفتِ كلّ شيءٍ تقريباً عن فن المقالة، مارأيكِ أن تجرّبي بنفسك كتابة مقالة عن موضوعٍ ما؟



حسابي

ساعديني على ملءِ المربعات بما يناسبها من الأرقام.

20	+	15	=	٣٥
−		−		+
	+		=	15
=		=		=
٣٧	+	13	=	٥٠

	+		=	16
		−		−
	+	3	=	
=		=		=
3	+		=	4













Lilou's world



تفوح
مني رائحة
الفانيلا





عالم ليلو









مواهب

الأختان والبالي

في قديم الزمان عاشت أختان مع أمهما في كوخ صغير بالقرب من غابةٍ تسكنها الحيوانات المفترسةُ. كانتا متشابهتين في كلّ شيء عدا تفكيرهما، لذلك كانتا تتشاجران كثيراً.

ذات يوم خرجت إحداهما واسمها ميمي لتجمع الحطب من الغابة. وفجأة خرج لها ذئب، كاد يهجم عليها لولا أن خرج حيوانٌ غريبٌ لونه أحمر، كبيرٌ ومخيف، اسمه (البالي) وهجم على الذئب فهربت ميمي مذعورةً إلى بيتها.



عندما وصلت سألت أمها: أين أختي جيجي؟ فأجابت مستغربة: ألم تريها؟! ذهبت لتجمع الأزهار في الغابة. فقالت ميمي لنفسها: يا إلهي ! ثم خرجت مسرعة إلى الغابة وهي تقول بصوتٍ مرتفع : أختي في خطر. أختي في خطر سيأكلها الذئب أو ذاك الحيوان المتوحش، النجدة النجدة.

ثم وصلت إلى الغابة ورأت أختها. ثم رأت (البالي) وهو يراقبها من بعيد. فأخذت ميمي خشبةً من الأرض وضربته فيها. وفجأة تحوّل إلى رجلٍ عجوز طويل اللحية، لطيف الوجه. ثم قال لها: كنت أمشي في الغابة ثم وقعتُ في حفرةٍ غريبة رأيت فيها مخلوقات غريبة الشكل متوحشة فتحوّلت إلى شكلها، ثم خرجت منها وأنا بهذا الشكل. إلى أن ضربتني، فشكراً لك على ما فعلته.

بعد ذلك بدأت ميمي تحكي له قصتها مع أختها. فقال لها: لماذا فعلتما هذا؟ لماذا أنتما متشابهتان في كلّ شيء إلا بالطبع؟ عليكما أن تكونا متفقتين، تحترم إحداكما الأخرى وتخاف عليها. اقتنعت كلٌّ منهما بكلامه ووعدتاه بأن تصبحا مثالاً للأختين المتحابّتين.

آلاء سليم أبو ربة
العمر : 10سنوات



الأمانة

حنين علي شطناوي
12سنة
الأردن



صديقات المجلة



زين العساف
7 سنوات
الأردن



شام المغربي
8 سنوات
الرياض



نورة الحوسني
6 سنوات
الإمارات



سدرة رمزي
5 سنوات
سورية



راما الحلبي
7 سنوات
سورية



منار الحاضري
9 سنوات
سلطنة عمان




شيماء سعيد
9 سنوات
الكويت


هاجر سعيد
7 سنوات
الكويت


دانه العجمي
12 سنة
الكويت


نورة الزبيدي
5 سنوات
السعودية


سارة الكردي
10 سنوات
سورية


غنى الكردي
5 سنوات
سورية

قوس قزح



عجايب الهاجرى
14سنة
الكويت



رزان داوود
11سنة
السعودية



رحمة أبو طالب
13سنة
مصر



نورة عيد
12سنة
الإمارات



داليا إبراهيم
12سنة



خلود ساير
15سنة
الكويت



وفاء الغريبي
15سنة
البريمي



سارة أحمد
10سنوات



زيادة الراجحي
سلطنة عُمان



ريتاد حنفي
9سنوات
السعودية

مسابقات



- من هم أصحاب الأيكة؟
- من مخترع أوّل محرّك كهربائي؟
- ما معنى اسم (زينب) ؟
- من هي الصدّيقة ابنة الصدّيق؟
- هل تنام الأسماك؟


fulla

مجموعة
الصلاة
Prayer
Set
4 Pieces
٤ قطع
fulla®

بعد مغامرة طويلة...
شستر يكتشف
أكياس جديدة وخطيرة مرة !!!



Cheetos
شيتوس

شكل جديد

نفس الطعم الخطير!

بالجبنة... خطيرمرة





